UNIVERSIDADE SÉNIOR

As Mestras de Ranatus

BOLETIM Nº 2 * FEVEREIRO 2026

Tecendo saberes, fiando memórias

O Workshop de Crochê está a ser um sucesso! Muito concorrido, com momentos agradáveis de grande partilha, criativos e relaxantes. Estão a ser criadas peças especiais, cheias de detalhe e carinho.

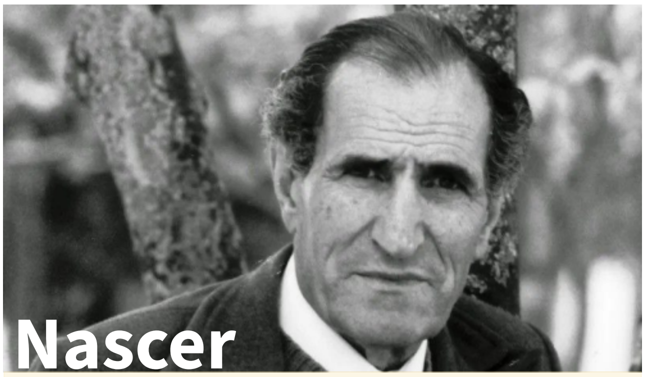
O crochê é usado como linguagem artística e simbólica, associada historicamente ao trabalho feminino, à transmissão de conhecimento e ao cuidado.

O objetivo é uma instalação de crochê aplicada às árvores do jardim, a fim de valorizar os saberes femininos ligados à cura e à saúde praticados pelas Mestras de Ranatus.

As peças não são decorativas no sentido tradicional – contam uma história coletiva: cada árvore representará um aspeto diferente desse saber.

A imperfeição é bem-vinda e os pontos serão tradicionais e simples… é só trazer a sua agulha de crochê, novelos de lã e linhas que não usa.

Às quartas-feiras.



Nascer todas as manhãs

Apesar da idade, não me acostumar à vida. Vivê-la até ao derradeiro suspiro de credo na boca. Sempre pela primeira vez, com a mesma apetência, o mesmo espanto, a mesma aflição. Não consentir que ela se banalize nos sentidos e no entendimento. Esquecer em cada poente o do dia anterior. Saborear os frutos do quotidiano sem ter o gosto deles na memória. Nascer todas as manhãs.

(Miguel Torga. *Diário*. 1982)

Miguel Torga, pseudónimo de Adolfo Correia da Rocha (1907-1995), nasceu em Trás-os-Montes. Médico de formação, é um dos maiores escritores portugueses do século XX.

Matrículas: estão abertas ao longo de todo o ano, permitindo aos alunos optar por assistir às aulas que entenderem mais do seu interesse

(In)quietudes

Conceição Moura Aguiar *

Aula experimental, uma imagem projetada.

Olhei para ela e nas suas cores vi metamorfoseada a forma em movimento a perguntar por mim.

Nesse diálogo encetado compreendi a minha quietude.

O professor espevitava as mentes, provocava e neste confronto começava a desenhar-se o que seria a aula “Arte de Pensar e de Sentir”. Usufruir desta capacidade humana de sentir o saber estar em plenitude no mundo. Para tal, estimular a nossa capacidade de amar e saber interrogar e responder, aprendendo mais e melhor.

Era bom, sobretudo útil, estar ali. Seria um espaço criativo e que me faria refletir em tantas questões que por vezes se pensam levemente.

A provocação foi uma constante ao longo das sessões, todas diferentes, contudo profícuas e substanciais.

É verdade. Já não eram só cores, nem tão só formas e o movimento, era uma sentida e consciente evolução a derrotar essa pachorrenta quietude. O quadro resvalava sem fronteiras para além de possíveis molduras. Era eu própria a assumir a responsabilidade de estar viva e a querer saber e sentir, e a cada instante me via a subir, degrau a degrau, a escada do conhecimento, incitando-me a partilhá-lo. De repente tinha a consciência de assumir a Arte de Pensar e de Sentir.

É difícil exemplificar o que se vive, pois todos os instantes são únicos, irrepetíveis, e progressivamente enriquecedores.

A sinergia criada apenas conhecia a limitação do tempo; mas mesmo esse era vencido pois aquela arte vinha connosco, apesar de a aula já ter terminado.

Sei que, como alguém disse, “cada um vê o que sabe” e percebi que, nesta dádiva e simbiose entre alunos e professor, todos veríamos melhor o que sabíamos, mas muito mais importante do que isso sabíamos ver melhor o que antes não sabíamos, nem era tão percetível.

Várias foram as sessões que me emocionaram e penso que citar uma ou duas seria desvalorizar as outras.

Um pequeno apontamento: os temas escolhidos para terminar estas sessões, sim, sessões e não aulas, foram pertinentes e plasmaram o que anteriormente se dissera. Foi muito bom revisitar, por exemplo, Zé Mário Branco, cantautor muito especial, para mim.

Por tudo o que supra foi dito, é óbvio que a minha pessoa se fará presente no 2.º período.

Aluna

Aaaaaai, aaaaaai que morreu!

Donzília Rodrigues *

Lembro-me, adolescente, numa dessas vindas a Portugal, de acompanhar um grupo de gente pelas ruas mal calcetadas da aldeia, numa noite de breu. As mulheres e as raparigas traziam lenços pretos a cobrir a cabeça; os pés, calçados de tamancas, davam topadas nas pedras salientes da rua de terra batida.

O cortejo seguia uma carroça puxada por homens, ladeada de estacas verticais de madeira, onde, à vez, apoiavam as mãos, como se ajudassem a empurrá-la, como se não deixassem cair o que era transportado. A carga era um boneco mal amanhado de palha, vestido com calças pretas, rotas e esgaçadas.

As mulheres fingiam choros, soluços e lamentos, os homens berravam insultos.

— Aaaaaai, aaaaaai que morreu!

Lembro-me dessas palavras, dos gritos, dos risos sufocados nas gargantas das moças, do rangido das rodas da carroça contra as pedras e da noite negra. Eu seguia a procissão noturna, alguém me segurava a mão. Ia empurrada rua acima pelo ritmo dos ais. Mas da minha boca não saía nem lamento, nem riso, nem uivo abafado. Tudo me parecia estranhamente atraente.

Depois de uma volta pelas ruas, o boneco de palha desfez-se nas chamas; tinha-se queimado o Entrudo no largo da aldeia.

**Aluna*

No Museu

Beatriz Albuquerque *

No âmbito da disciplina de História da Arte, tivemos a oportunidade de visitar o Museu da Misericórdia de Viseu.

Agradecemos ao Sr. Diretor Henrique Almeida pela magnífica visita guiada que nos proporcionou.

Fomos surpreendidos pelo espólio impressionante e pela beleza das obras em exposição.

Sem dúvida, foi uma descoberta extraordinária na nossa cidade.

**Professora de História da Arte*

Nascemos assim

Cátia Santos *

A Universidade Sénior Mestras de Ranatus nasceu de um sonho de Aníbal Siciliani.

Pouco antes da Pandemia, numa conversa entre colegas na sala de professores, em Penedono, o Aníbal falou-nos do seu sonho e da vontade de criar um espaço para a terceira idade onde a partilha de saberes e o convívio fossem as mestras de uma terceira idade ativa.

Aceitámos o desafio! A Dona Fernanda, sempre muito prática e eficaz, dizia "isto vai ser difícil, não sei se vai vingar"! Mas na verdade todos acreditávamos no sonho.

O projeto começou como uma associação de voluntariado sustentada pela generosidade de quem acreditou desde o início. Nos primeiros tempos, havia mais professores do que alunos!

Mas a vontade de fazer mais e melhor falou alto. Com o passar do tempo, a Universidade Sénior cresceu, ganhou dimensão e diversidade de atividades. Encheu-se de pessoas, de Vida! Hoje, é mais do que um projeto importante na comunidade. É uma mão cheia de partilha de saberes, emoções e momentos de muita Vida!

A Beatriz, o Santa Comba e a dona Fernanda são a força desta instituição.

Os professores, os colaboradores e os alunos, todos voluntários, são "gentes" de bom coração.

O sonho concretizou-se !

** Professora de Geografia*

...é uma excelente fonte de vitamina C, vitamina K e carotenoides.

Faz parte de um grupo chamado crucíferas, e dentro deste grupo destacam-se os brócolos como sendo a couve com maior teor de sulforafano. Este fitoquímico é bastante promissor na sua ação anticancerígena, em especial no cancro da mama.

(Mariana Chaves. *Aprender a Comer*)

Encontre-nos...

- https://unisemestrasderanatus.pt/
- https://www.**facebook**.com/unise.mestrasderanatus/
- https://**aps**.unisemestrasderanatus.pt/

Sede: EB1 Ranhados
Largo do Carvalhal
3500-615 **Ranhados** – Viseu
928 250 989
918 164 630
unise.mestrasderanatus@gmail.com